Chakchouka (Šakšuka)

Šis krāšņais olu ēdiens tomātu–paprikas mērcē apvieno vienkāršību un eksotiku, padarot to ideāli piemērotu vēlajām brokastīm, vieglām vakariņām vai kopīgai baudīšanai ar draugiem.

2-3 30 MIN

Nepieciešams

1 sīpols, smalki sagriezts

1 sarkanā paprika, sagriezta strēmelēs

1 zaļā paprika (pēc izvēles), sagriezta strēmelēs

2–3 nogatavojušies tomāti, sagriezti (vai 1 konservēto tomātu bundža)

2–3 ķiploka daiviņas, sasmalcinātas

1 tējk. maltu ķimeņu

1 tējk. saldās paprikas pulvera

Šķipsniņa čili pārslu (pēc izvēles)

3–4 olas

Olīveļļa

Sāls un pipari

Svaigs pētersīlis vai kinza, sasmalcināts (rotāšanai)

Pēc izvēles pievienot:

Harisu (asumam)

Fetas sieru vai olīvas

Desu vai mergēzas desiņas

Pagatavošana

1. Dārzeņu apcepšana:
Uzkarsē olīveļļu lielā pannā uz vidējas uguns. Pievieno sīpolu un papriku. Cep apmēram 10 minūtes, ik pa laikam apmaisot, līdz dārzeņi kļūst mīksti un nedaudz karamelizējas.

2. Ķiploki un garšvielas:
Pievieno ķiplokus, maltās ķimenes, saldās paprikas pulveri un čili pārslas. Apcep 1–2 minūtes, līdz sāk smaržot.

3. Tomāti:
Pievieno sagrieztos tomātus. Pievieno sāli un piparus pēc garšas. Sautē 10–15 minūtes, ik pa laikam apmaisot, līdz masa kļūst bieza un sulīga.

4. Olas:
Ar karoti izveido nelielas iedobītes mērcē un katrā iesit olu. Pannu pārklāj ar vāku un vāri 5–7 minūtes, līdz olas ir gatavas pēc tavām vēlmēm (ar šķidru vai stingru dzeltenumu).

5. Pasniegšana:
Apkaisa ar sasmalcinātu pētersīli vai kinzu. Pasniedz karstu – tieši no pannas, kopā ar grauzdētu maizi vai siltu pitu.